

避難行動チェックシート

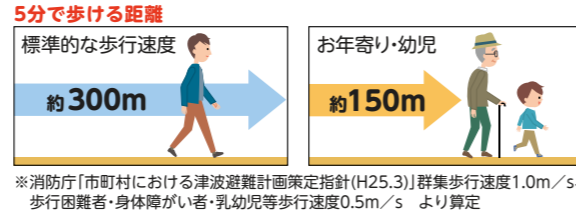
①わが家の特徴を確認しましょう 浸水深の確認 →P5～P18参照

●浸水の有無 □浸水する(想定浸水深 m、浸水開始時間 分) □浸水しない

②避難先を設定しましょう 安全な場所の確認 →P5～P18参照

●避難先

避難先記入欄



③わが家からの避難経路を確認しましょう 安全な場所の確認 →P5～P18参照

●津波時危険箇所の有無 □ある □ない ●土砂災害警戒区域の有無 □ある □ない ●浸水が想定される主要幹線道路 □ある □ない

④大きなゆれや長いゆれを感じた時にとるべき行動を決めましょう

行動確認 →P3参照 共助 →P22参照

●避難行動 □直ちに避難 □余震や火災から避難 ●家族や地域で避難に支援が必要な方の有無 □いる(氏名) □いない ●家族や地域での避難の協力・助け合い(誰を助けるか、誰から助けてもらうか)

⑤緊急時連絡先(家族や親戚・知人、職場、学校、かかりつけの医院など)

Emergency contact information table with columns for Name/Institution, Address, and Phone Number.

災害時には電話が混みあいます。安否確認には災害用伝言ダイヤル(171)、災害用伝言板を利用しましょう。

音声 災害用伝言ダイヤル(171) section explaining the service and providing a recording guide.

文字情報 携帯電話「災害用伝言板」・災害用伝言板(web171) section explaining the text-based service.

書いただけでは、災害時に行動できるとは限りません。

- ▶避難先まで想定している手段で移動し、かかる時間を計測する
▶地域の避難訓練で支援が必要な方に声をかけて一緒に避難する

このようなことを家族や地域で楽しみながら実践しましょう。少しずつ取り組むことが重要です。



保存版

長岡市 津波 ハザードマップ (避難地図)

強いゆれや長いゆれを感じたら、直ちに避難しましょう

ハザードマップの目的

「自らの命は自らが守る」、「自分たちの地域は自分たちで守る」という基本的な考え方のもと、「自宅がどのくらい浸水するか」、「どこにどのような方法で避難するか」などを家族や地域内で確認し、自ら行動を起こしてもらうことを目的に作成しました。自分の命、大切な人の命を守るためにできることから始めましょう。

改定のポイント

1 最新の知見に基づく最大クラスの津波による浸水想定を掲載

2 自ら判断して行動するための情報を掲載

詳細は次のページへ▶

使用上の注意

●発生する地震の規模や位置によっては、想定と異なる浸水深となったり、浸水が想定されていない区域でも浸水したりする可能性があります。

1 ハザードマップ改定のポイント
2 索引図
2 ハザードマップの見方

3 避難行動の確認
4 津波警報・注意報の種類
4 情報の伝わり方・受け取り方

5 ハザードマップ①
6 寺泊山田

7 ハザードマップ②
8 寺泊志戸橋・郷本

9 ハザードマップ③
10 寺泊大和田～寺泊金山

11 ハザードマップ④
12 寺泊港周辺(寺泊松沢町～寺泊磯町)

13 ハザードマップ⑤
14 寺泊白岩～大河津分水路

15 ハザードマップ⑥
16 寺泊野積(南部)

17 ハザードマップ⑦
18 寺泊野積(北部)

19 津波を知る
20 災害から身を守るための備えと行動①

21 災害から身を守るための備えと行動②
22 地域で避難の協力・助け合い

裏表紙
▶避難行動チェックシート



ハザードマップ改定のポイント

1 最新の知見に基づく最大クラスの津波による浸水想定を掲載

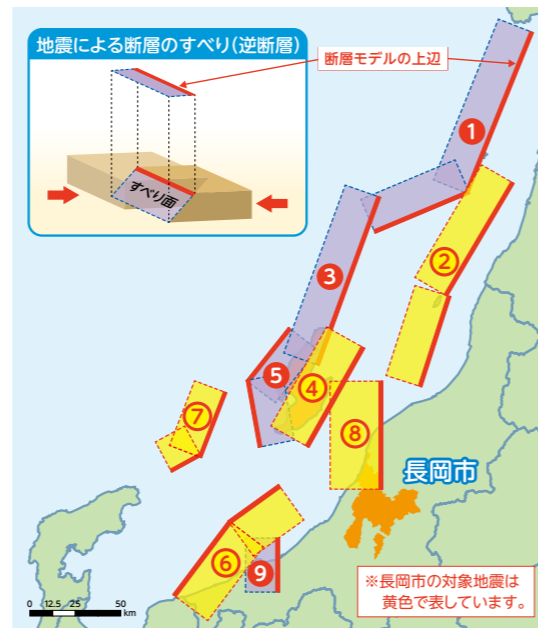
最大クラスの津波を想定

このマップに示す津波浸水想定は、国が公表した新たな知見に基づく津波断層モデルによる最大クラスの津波を想定したものです。

断層モデルごとの想定浸水深と範囲を重ね合わせ、最大となる浸水深を表示しています。

No.	公表	断層モデル	モーメントマグニチュード*
①	国	F30 秋田・山形沖	7.8
②	国	F34 県北・山形沖	7.7
③	国	F35 佐渡北	7.6
④	国	F38 越佐海峡	7.5
⑤	国	F39 佐渡西	7.4
⑥	国	F41 上越・糸魚川沖	7.6
⑦	国	F42 佐渡西方・能登半島北東沖	7.3
⑧	県	長岡平野西縁断層帯(弥彦-角田断層)	7.63
⑨	県	高田平野西縁断層帯	7.10

*モーメントマグニチュードとは、岩盤のずれの規模をもとに地震の大きさを示したものです。

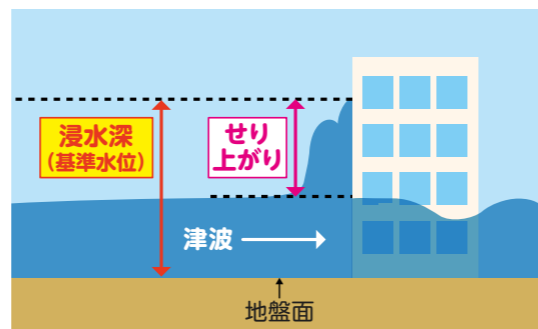


浸水開始時間を掲載

日本海側の特徴として、津波を発生させる震源が陸地に近く、津波が短時間で到達します。特に海岸付近は5分未満と想定されています。

建物への衝突による水位上昇を反映

津波が建物へ衝突して水位が上昇する(せり上がる)高さを浸水深(基準水位)としています。



2 自ら判断して行動するための情報を掲載

「自らの命は自らが守る」、 「自分たちの地域は自分たちで守る」の考え方を大切に

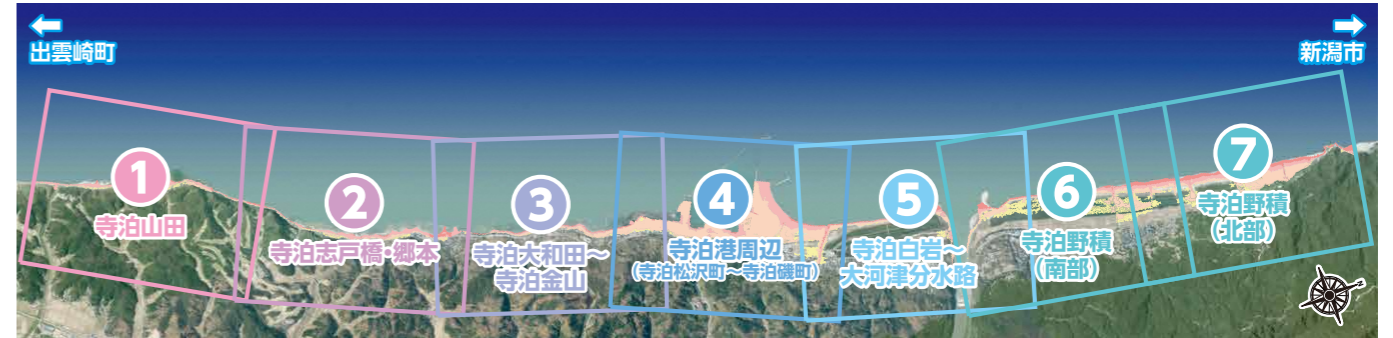
早め早めの避難行動を心掛け、自らの命は人任せにせず、自らが守る意識が大切です。また、お年寄りなど自分で避難することが困難な方に一声かけるなど助け合いも大切です。

- ▶ 避難行動の確認
- ▶ 津波警報・注意報の種類／情報の伝わり方・受け取り方
- ▶ 津波を知る
- ▶ 災害から身を守るための備えと行動①②【自助】
- ▶ 地域で避難の協力・助け合い【共助】

- P3参照
- P4参照
- P19参照
- P20・21参照
- P22参照



索引図



ハザードマップの見方

危険な区域(箇所)に関する情報

自分がいる場所の危険性を確認し、チェックシートに書き込みましょう。

- ▶ 危険性の確認 →P5~18参照
- ▶ チェックシート →裏表紙参照

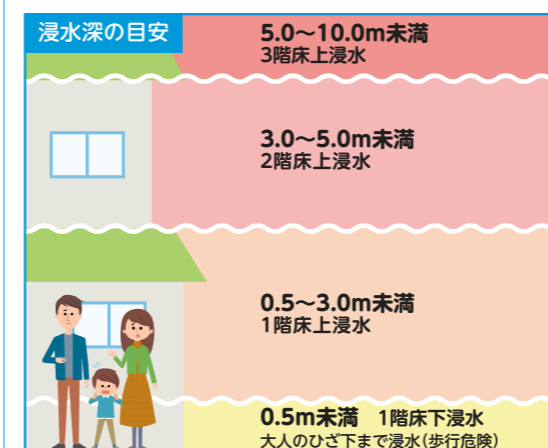
浸水想定区域

ハザードマップに掲載の浸水深は、せり上がりを考慮した値を表示しています。

- 津波が発生した場合に浸水する最大の範囲深さごとに4色に分類して地図上に表示



*新潟県では、浸水想定区域を津波防災地域づくりに関する法律第53条に基づく「津波災害警戒区域」として指定しています。



津波は漂流物と一緒に押し寄せるため、浸水深が浅いからと安心せず、いち早く避難しましょう。20~30cmの高さであっても、急で強い流れが生じるため、これに巻き込まれて流されると、命の危険があります。

浸水開始時間

- 地震発生から浸水が始まるまでの時間(津波浸水時間)を7色に分類して地図上に表示

津波時危険箇所

- 津波が河川をさかのぼる可能性が高い箇所避難時は、津波時危険箇所である道や橋は避けてください。

土砂災害警戒区域

- 土砂災害による被害のおそれのある区域地震により土砂災害が発生するおそれがあるため、避難する際は注意してください。

浸水が予想される主要幹線道路

- 浸水し通行が困難になるおそれがあるため、避難する際は注意してください。

避難に関する情報

緊急避難場所

- 津波から命を守るための避難先として市が指定している場所

避難方向

- 高台方向へ避難するために最適な経路

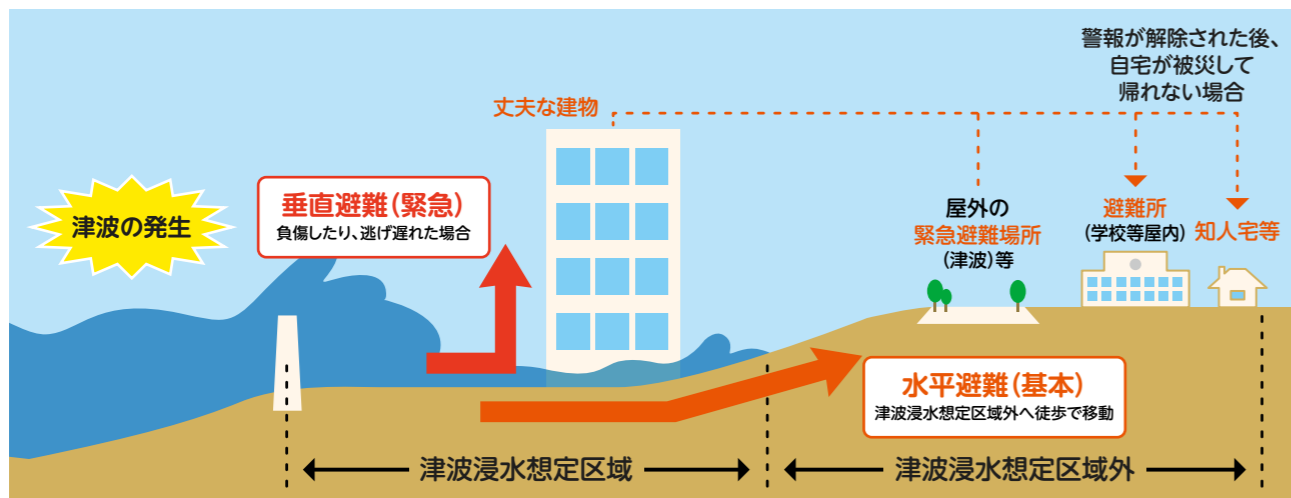
屋外拡声設備

- 防災情報を放送するための設備(大)津波警報、津波注意報発表時に放送

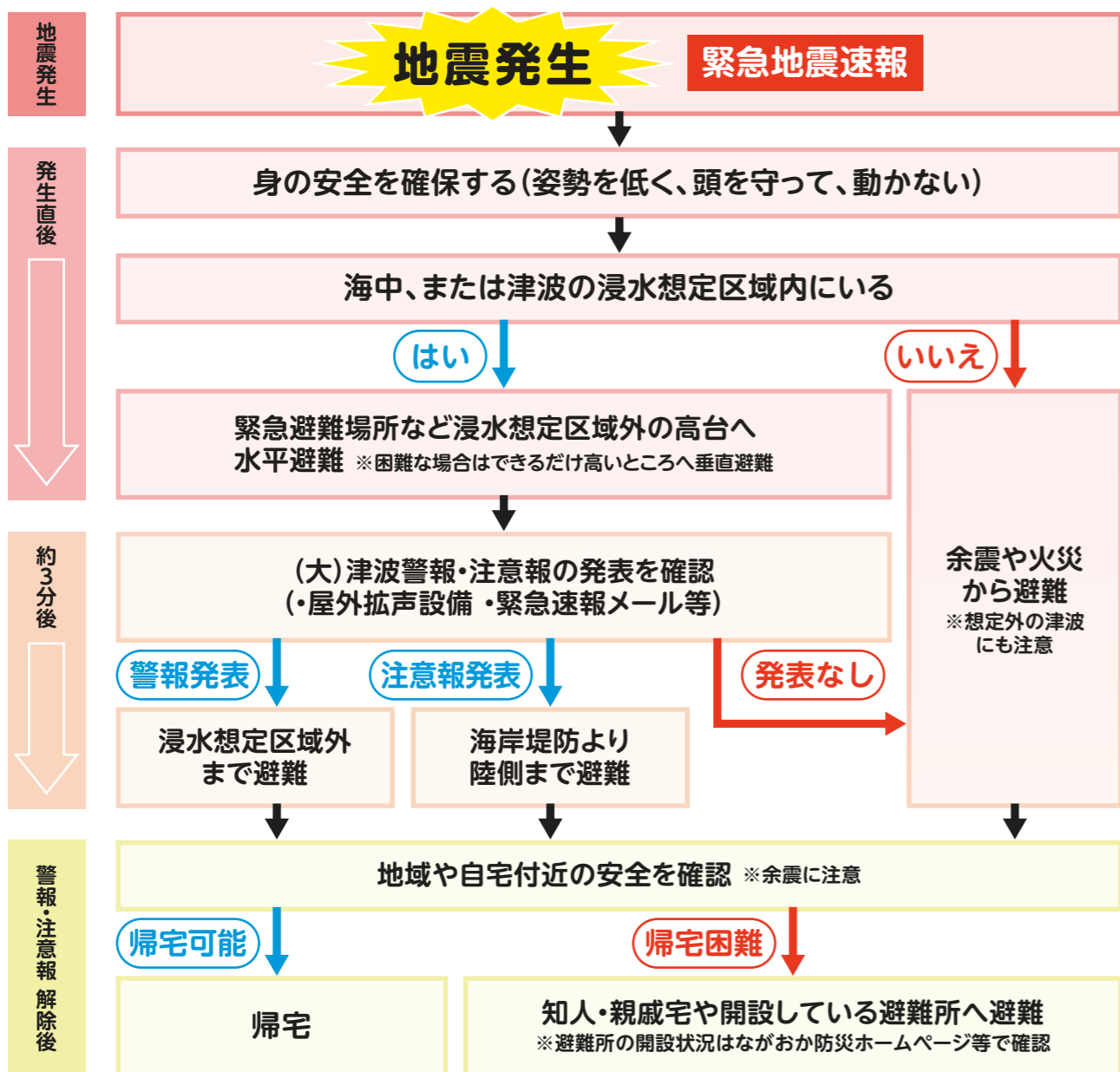
避難行動の確認 ～強いゆれや長い揺れを感じたらすぐに避難～

下の図を参考に地震発生時に自分がいる場所にはどのような危険があり、どのような避難行動が適切なのかを確認しておきましょう。

▶危険性の確認 →P5～18参照 ▶チェックシート →裏表紙参照



避難行動判定フロー



津波警報・注意報の種類

気象庁では津波による災害の発生が予想される場合に、地震発生後約3分で大津波警報、津波警報または津波注意報を発表します。その後、「予想される津波の高さ」「津波の到達予想時刻」等の情報を発表します。ゆれがなくとも津波警報・注意報が発表された場合は、迅速に安全確保を行いましょう。

▶避難行動の確認 →P3参照

種類	発表される津波の高さ 数値での発表 (予想区分)	巨大地震の 場合の表現	想定される被害
大津波警報 (特別警報)	10m超 (10m<予想高さ) 10m (5m<予想高さ≤10m) 5m (3m<予想高さ≤5m)	巨大	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による流れに巻き込まれます。
津波警報	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生します。人は津波による流れに巻き込まれます。
津波注意報	1m (0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記しない)	海の中では人は速い流れに巻き込まれ、また、養殖いかだが流失し小型船舶が転覆します。

- 3mから5mの間の津波が予想されたら「予想される津波の高さは5m」と発表されます。
- 津波は沿岸の地形などの影響により局所的に予想より高くなる場合があります。
- マグニチュード8を超える巨大地震の場合は、正しい地震の規模をすぐには把握できないため、その海域における最大級の津波を想定して、大津波警報や津波警報が発表されます。
- 地震発生後、予想される津波の高さが20cm未満で被害の心配が無い場合、または津波注意報の解除後も海面変動が継続する場合には、「津波予報(若干の海面変動)」が発表されます。

情報の伝わり方・受け取り方

大津波警報、津波警報または津波注意報が発表された場合、市は様々な手段で情報を発信しますので、避難行動の参考にしましょう。▶避難行動の確認 →P3参照

